

PUBLICERAD I NUMMER [2/2021](#)



LEDARE

# Njut av en motionsrik sommar!

Eija Pelkonen / Skriven 7.6.2021 / Publicerad 18.6.2021



Motionens hälsobringande effekter är bekanta, men den som inte sportar professionellt kommer mer sällan att tänka på hur läkemedel påverkar motion och idrott.

I vissa sjukdomar såsom ledgångsreumatism och vissa neurologiska sjukdomar kan en läkemedelsbehandling emellertid vara en nödvändig förutsättning för att man ska kunna bevara rörelseförmågan. Också i hjärt- och lungsjukdomar förbättrar medicinerna rörelseförmågan och möjligheten att idka motion och idrott, dessutom är de till hjälp vid behandling av många slags idrottsskador. Å andra sidan kan läkemedel och samverkan mellan olika läkemedel leda till svindel eller durrighet och därmed försämra rörelseförmågan.

Hälso- och sjukvårdspersonalen har en central roll i att se till att de ömsesidiga effekterna av läkemedel och motion beaktas på ett korrekt sätt när en behandling planeras. Under motion och idrott sker det fysiologiska förändringar i kroppen, och de kan påverka en läkemedelsbehandling, ett läkemedels farmakokinetik och responsen på läkemedel. Å andra sidan kan också många vanliga mediciner ha skadliga verkningar på en idrottsprestation. De här sakerna bör beaktas i samband med att ett läkemedel förskrivs och expedieras.

Den farmaceutiska personalen på apoteken har en viktig uppgift i vägledningen och rådgivningen av läkemedelsanvändaren. Fackpersonalen inom läkemedelsbranschen kan för sin del också bekräfta budskapet att vi bör sträva efter att bli mer till hälsosamma levnadsvanor. Det är emellertid viktigt

Tämä sivu on näytetty ruotsi (Ruotsi).  
[Välj svenska \(Sverige\) som ditt önskade språk.](#)



att rådgivningen är objektiv och baserar sig på aktuella forskningsrön, och att ställningen som tillförlitlig expert inte heller utnyttjas till att skapa onödiga köpbehov under förevändning att förbättra idrottsprestationerna.

Också djur kan behöva läkemedelsbehandling för att upprätthålla rörelseförmågan. Artros är en vanlig sjukdom i synnerhet bland åldrande djur. Den leder till hälta och värk, och under de senaste åren har det kommit nya behandlingsformer mot sjukdomen.

Motion i olika former är en billig och effektiv medicin för behandling och förebyggande av många folksjukdomar. För var och en hittar man en lämplig gren, och motionen ska inte vara ett tvångsmässigt presterande. Under sommaren kan motionen bestå i att pyssla på stugan eller spela gårdsspel med vänner. När motionen ger glädje och gott humör motiverar den en att fortsätta och också pröva nya sätt att röra på sig.

Redaktionen på Sic! önskar alla läsare en njutningsfull och motionsrik sommar – oberoende av din gren: månskenssim, hukande i trädgårdslandet eller kapplöpning!



**Eija Pelkonen**  
Överdirektör, Fimea

Prenumerera



[En säker läkemedelsbehandling är summan av många faktorer](#)

Ledare ...

